

健康づくりウォーキングセミナー

撃退メタボ!! 正しく歩いてウェスト3センチダウン

メタボが気になっている方、運動は苦手と思っている方、メタボの予防・改善、健康づくりのためにウォーキングを中心とした有酸素運動を続けてみませんか。

無料

回	日 時	内 容
1	6月26日(火)	撃退!メタボリックシンドローム
2	7月 3日(火)	目標を決めていざ実践!
3	7月17日(火)	自分のウォーキングフォームと歩幅・スピードを知ろう
4	7月24日(火)	食生活チェック結果説明
5	7月31日(火)	一日に「何を」「どれだけ」食べたらいいの?
6	8月 7日(火)	効果は出てる?目標設定を見直してみよう
7	8月28日(火)	ウォーキングフォームを再確認
8	9月 4日(火)	目標達成!これからも続けていこう

場 所 区役所2階 集検室
対 象 40歳～74歳の方で、ウォーキングで健康づくりを実践し、継続して参加できる方。
定 員 30名(先着順) ※新規の方を優先します。
申込み 電話で、6月15日(金)までに申し込み。
問合せ 区役所保健福祉課(地域保健活動) ☎4809-9968



健康づくり教室

無料

健康づくり区民会議参画事業

健康食品を摂取すれば健康になる ほんまでっか!?

「健康食品は必要なものでしょうか?」「安全安心でしょうか?」などの健康食品の疑問にお答えします。

日 時 6月13日(水) 14時～15時30分
場 所 区医師会館(豊新2-3-7) **定 員** 30名(先着順)
申込み 電話で、区医師会(☎6320-2226)へ申し込み。
問合せ 区健康づくり区民会議(区役所保健福祉課【健康づくり】内) ☎4809-9882



PTA・社会教育関係団体対象学習会助成事業

PTAをはじめとする社会教育関係団体や生涯学習を目的とするグループが、人権や家庭教育に関する学習会を実施する場合に、区役所が審査のうえ、講師謝礼などを一部負担する事業です。
下記の要件を満たす学習会が対象となります。

- 平成24年7月1日(日)～平成25年2月28日(木)に行う事業であること
- 1回1時間以上であること
- 団体・グループの会員を対象とすること

申込み 申込書に記入のうえ、6月22日(金)までに申し込み。
★詳しくは、区ホームページをご覧ください。
問合せ 区役所市民協働課(市民活動支援) ☎4809-9824

河川愛護モニター募集

淀川に行き、見たこと・感じたことを月1回以上報告していただける方を募集します。謝礼は、1ヵ月につき4,500円程度です。
期 間 平成24年7月～平成25年6月 **対 象** 市内在住で20歳以上の方
申込み はがきまたはファックスで、住所・氏名・年齢・性別・電話番号・職業・自治会などの活動経歴・活動できる範囲・応募動機を記入のうえ、5月31日(木)必着で申し込み。ホームページ(<http://www.yodogawa.kkr.mlit.go.jp/>)からの申し込みも可。
問合せ 淀川河川事務所管理課(〒573-1191 枚方市新町2-2-10) ☎072-843-2861 ☎072-841-3443

「東淀川区区民参画・協働に関する研究会 平成23年度 報告書」を作成しました

東淀川区では、地域の活性化やさまざまな課題の解決に向けた今後の取り組みについて、区内大学の学識経験者と地域活動・市民活動に携わる方々で構成された「東淀川区区民参画・協働に関する研究会」を、3月まで開催してきました。



この度、「東淀川区のまちづくりに関する意識調査」や港区・市岡地域の方々との地域活動協議会に関する情報交換会などを通じて、平成23年度に研究・検討した結果を報告書としてまとめました。区ホームページ・区民情報コーナー(区役所1階)で閲覧できます。

問合せ 区役所総務課(総合企画) ☎4809-9814



一消費者センターからのお知らせ

「消費者センター」の名前を無断で使用している事業者にご注意を!

消費者センターの職員を名乗り、「おれおれ詐欺にひっかかる人がいる。不審な電話やパンフレットは届かなかったか」といった内容の電話をかけ、「パンフレットが届いた」と答えると、「当該事業者は大丈夫だ」と安心を与えて購入させるような劇場型詐欺の事案が発生しています。

消費者センターが、相談者以外に電話をすることはありません。また、特定の事業者の信用の有無に関する情報を提供することは絶対にありませんので、そのような電話があった場合には信用しないように注意していただくとともに、消費者センターへ情報提供をお願いします。

問合せ 消費者センター ☎6614-7523

子どもがカード決済でゲームアイテム購入!

オンラインゲームのアイテム購入などを子どもにねだられ、親がクレジットカード番号を入力したところ、そのままゲームサイトに登録され、子どもがアイテムを買い続けて高額な請求を受けたという情報が寄せられています。オンラインゲームは、有料アイテムなしでは楽しめない仕組みのものががあります。利用する際のルールを子どもとよく話し合っておきましょう。



大阪市消費者センター
メインキャラクター
エルちゃん

問合せ 消費生活相談専用電話 ☎6614-0999
メールでの相談は、次のホームページから
<http://www.city.osaka.lg.jp/lnet/>

カセットこんろ・カセットボンベの取り扱いには十分注意しましょう!

- ❗カセットこんろより大きな調理器具や石綿・セラミック付きの魚焼き器を使用しない
- ❗炭の着火に使うなど、調理以外の用途に使用しない
- ❗こんろを2台以上並べて使用しない
- ❗火気や熱源の近くでの使用や保管をしない
- ❗テントや車内で使用しない
- ❗電磁調理器上で使用しない



※ボンベには液化されたガスが入っています。ボンベが高温になるとガスが気化して内部の圧力が高くなり、爆発する恐れがあります。

問合せ 東淀川消防署 ☎6320-0119

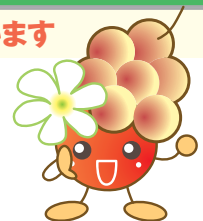
区ホームページ バナー広告募集中!

平成25年4月まで掲載するバナー広告を募集しています

東淀川 広告案内 検索

★申し込み方法など、詳しくはお問い合わせいただくか、区ホームページをご覧ください。

問合せ 区役所総務課(広報) ☎4809-9816



広告掲載枠